



ISTITUTO STATALE DI “F.ENRIQUES”

ISTRUZIONE SUPERIORE

via Duca D'Aosta, 65 - 50051 CASTELFIORENTINO (FI) Tel. **0571633083/ 4** - Fax **0571633593** –
C.F.: 91001910487 Cod. Mecc.: FIIS00200L COD. UNIVOCO UFFICIO: UFOBG7
www.isisenriques.gov.it e.mail: fiis00200l@istruzione.it PEC:FIIS00200L@PEC.ISTRUZIONE.IT

Liceo scientifico
Istituto tecnico settore economico
Istituto professionale per l'enogastronomia e l'accoglienza turistica
Istituto professionale per i servizi commerciali
Istituto Tecnico Agrario



**Agenzia formativa
accreditata
dalla Regione Toscana
certificata
UNI ISO 9001: 2015**

Circolare n. 226 del 04 dic 2020

Al personale docente e ATA
All' RLS
Alla DSGA
Agli studenti ed alle rispettive famiglie
All'Albo WEB della scuola

Oggetto: Informativa sulle norme di salute e sicurezza (art.36 – art 177 del D.Lgs. 81/2008) durante le attività connesse alla Didattica Digitale Integrata (DDI)

II DIRIGENTE SCOLASTICO

VISTO il D. Lgs. n.81/2008 in materia di tutela della salute e della sicurezza nei luoghi di lavoro;

VISTO l'Articolo 15 - Misure generali di tutela - lett. d) che richiama il rispetto dei principi ergonomici nell'organizzazione del lavoro, nella concezione dei posti di lavoro, nella scelta delle attrezzature e nella definizione dei metodi di lavoro e produzione, in particolare al fine di ridurre gli effetti sulla salute del lavoro monotono e di quello ripetitivo;

VISTO l'Articolo 18 Obblighi del datore di lavoro - lett. i) “informare il più presto possibile i lavoratori esposti al rischio di un pericolo grave e immediato circa il rischio stesso e le disposizioni prese o da prendere in materia di protezione”;

VISTO il titolo VII del D. Lgs.81/2008 - ATTREZZATURE MUNITE DI VIDEOTERMINALI dall'art.172 all'art. 177;



ISTITUTO STATALE DI “F.ENRIQUES”

ISTRUZIONE SUPERIORE

via Duca D'Aosta, 65 - 50051 CASTELFIORENTINO (FI) Tel. **0571633083/ 4** - Fax **0571633593** –
C.F.: 91001910487 Cod. Mecc.: FIIS00200L COD. UNIVOCO UFFICIO: UFOBG7
www.isenriques.gov.it e.mail: fiis00200l@istruzione.it PEC:FIIS00200L@PEC.ISTRUZIONE.IT



Liceo scientifico
Istituto tecnico settore economico
Istituto professionale per l'enogastronomia e l'accoglienza turistica
Istituto professionale per i servizi commerciali
Istituto Tecnico Agrario



**Agenzia formativa
accreditata
dalla Regione Toscana
certificata
UNI ISO 9001: 2015**

SENTITI i Responsabili del Servizio Prevenzione e Protezione proff. Lasorsa Palmo e Zeni Maurizio ;

CONSULTATO il RLS prof. Gaudiosi Alberto;

TENUTO CONTO che il lavoro sulle piattaforme digitali, in base alla durata del tempo di esposizione, potrebbe comportare i seguenti rischi specifici, quali: l'affaticamento oculo-visivo, i problemi muscolo scheletrici, posturali, tipici dei lavoratori “video - terminalisti”, nonché rischi di natura ergonomica e legati allo Stress Lavoro Correlato;

CONSIDERATO che la didattica a distanza si può svolgere sia mediante attività **sincrone** che **asincrone**;

PREMESSO CHE:

1. si consiglia a ciascun docente di non superare, nella medesima classe, i 50 minuti di collegamento video (live) per ciascuna lezione;
2. tutte le altre attività che gli alunni possono svolgere da casa in maniera asincrona, ossia accedendo alla piattaforma con i propri tempi, salvo l'impegno di rispettare il termine di scadenza della consegna di un compito, possono essere organizzate da ciascun docente in maniera libera purché vengano assegnate in piattaforma e comunicate sul Registro Elettronico ;

TUTTO CIO' PREMESSO

ai fini dell'osservanza e della corretta applicazione delle misure generali di tutela in materia di igiene e sicurezza e in ottemperanza all'art.177 del D. Lgs.81/2008

DISPONE



ISTITUTO STATALE DI “F.ENRIQUES”

ISTRUZIONE SUPERIORE

via Duca D'Aosta, 65 - 50051 CASTELFIORENTINO (FI) Tel. **0571633083/ 4** - Fax **0571633593** –
C.F.: 91001910487 Cod. Mecc.: FIIS00200L COD. UNIVOCO UFFICIO: UFOBG7
www.isisenriques.gov.it e.mail: fiis00200l@istruzione.it PEC:FIIS00200L@PEC.ISTRUZIONE.IT



Liceo scientifico
Istituto tecnico settore economico
Istituto professionale per l'enogastronomia e l'accoglienza turistica
Istituto professionale per i servizi commerciali
Istituto Tecnico Agrario



**Agenzia formativa
accreditata
dalla Regione Toscana
certificata
UNI ISO 9001: 2015**

quanto segue:

- Al fine di evitare un peso eccessivo dell'impegno on line, è utile che ciascun docente alterni la partecipazione in tempo reale in aule virtuali con la fruizione autonoma in differita di contenuti per l'approfondimento e lo svolgimento di attività di studio;
- Le modalità di formazione sincrone e asincrone della didattica a distanza, dovranno essere adeguatamente gestite e commisurate da ciascun docente in modo da ridurre i rischi di affaticamento e di sovraesposizione al collegamento video.
- L'illuminazione della postazione deve garantire una luminosità sufficiente e un contrasto appropriato tra lo schermo e l'ambiente circostante, tenuto conto delle caratteristiche del lavoro e delle esigenze visive degli studenti, delle studentesse e dei docenti.
- Evitare riflessi sullo schermo ed eccessivi contrasti di luminanza e abbagliamenti dell'operatore/trice, disponendo la postazione di lavoro in funzione dell'ubicazione delle fonti di luce naturale e artificiale (in particolare le postazioni vanno posizionate in modo da avere la sorgente luminosa di fianco).
- Assumere la postura corretta di fronte al video, con piedi ben poggiati sul pavimento e la schiena poggiata allo schienale della sedia nel tratto lombare. Non usare sedili senza schienale (evitare di stare seduti sugli sgabelli).
- Posizionare lo schermo del video di fronte in maniera che, anche agendo su eventuali meccanismi di regolazione, lo spigolo superiore dello schermo sia posto un po' più in basso dell'orizzontale che passa per gli occhi dell'operatore e ad una distanza dagli occhi pari a circa 50-70 cm.
- Disporre la tastiera davanti allo schermo, il mouse od eventuali altri dispositivi di uso frequente, sullo stesso piano della tastiera ed in modo che siano facilmente raggiungibili.
- Eseguire la digitazione e utilizzare il mouse evitando irrigidimenti delle dita e del polso, curando di tenere gli avambracci appoggiati sul piano di lavoro in modo da alleggerire la tensione dei muscoli del collo e delle spalle.
- Per prevenire l'insorgenza di disturbi muscolo-scheletrici si dovranno evitare, per quanto possibile,



ISTITUTO STATALE DI “F.ENRIQUES”

ISTRUZIONE SUPERIORE

via Duca D'Aosta, 65 - 50051 CASTELFIORENTINO (FI) Tel. **0571633083/ 4** - Fax **0571633593** –
C.F.: 91001910487 Cod. Mecc.: FIIS00200L COD. UNIVOCO UFFICIO: UFOBG7
www.isisenriques.gov.it e-mail: fiis00200l@istruzione.it PEC: FIIS00200L@PEC.ISTRUZIONE.IT



Liceo scientifico
Istituto tecnico settore economico
Istituto professionale per l'enogastronomia e l'accoglienza turistica
Istituto professionale per i servizi commerciali
Istituto Tecnico Agrario



**Agenzia formativa
accreditata
dalla Regione Toscana
certificata
UNI ISO 9001: 2015**

posizioni di lavoro fisse per tempi prolungati. Ricordare che, per evitare i disturbi alla colonna vertebrale, è importante **spesso o almeno ogni ora cambiare posizione**, alternando la posizione seduta con quella in piedi o viceversa, facendo qualche passo e muovendo la schiena, le spalle, il collo e le braccia.

Per poter meglio seguire i propri figli, si riportano i possibili rischi legati all'uso dei videotermini, peraltro nella delicata fase evolutiva:

- ● **Astenopia**: è causata dall'eccessivo sforzo dei muscoli oculari richiesto dall'azione di fissare a lungo uno stesso punto. Può essere riconosciuta attraverso una serie di sintomi quali: bruciore agli occhi; ammiccamento frequente; lacrimazione; fastidio alla luce; visione annebbiata/sdoppiata; stanchezza alla lettura; emicrania. In tal caso far riposare l'alunno per almeno un giorno;
- ● **Disturbi muscolo-scheletrici**: sono causati ridotta irrorazione sanguigna con conseguente fatica e dolore dei muscoli interessati, quali: infiammazioni dei tendini della spalla; epicondilite laterale, comunemente chiamata "gomito del tennista" e consistente nell'infiammazione dei tendini che vanno a gravare sul gomito; tendinite di polso e mano; sindrome del tunnel carpale, consistente nell'infiammazione dei nervi a livello del tunnel carpale che è situato alla base del polso, in cui scorrono i tendini e nervi che permettono alle dita di muoversi. Anche in questi casi è opportuno far riposare l'alunno per almeno un giorno;
- ● **Fatica mentale e stress**: riconoscibile attraverso i sintomi di stanchezza e sensazione aspecifica di disagio. Tale fattore di rischio è contrastato dalla scrivente Istituzione scolastica, che ha evitato sovrapposizioni di materie e ha limitato il numero dei compiti assegnati, attraverso un preventivo concordamento dei programmi tra i docenti, in modo da scongiurare un eccessivo carico cognitivo.

Per prevenire i suindicati rischi è opportuno che le famiglie concorrano a garantire una ergonomica postazione di lavoro, attendendosi alle seguenti indicazioni:

- utilizzare una risoluzione dello schermo tale da garantire una buona definizione, una forma chiara e una grandezza dei caratteri sufficiente e, inoltre, uno spazio adeguato tra essi. Ciò potrà farsi cliccando col destro in un punto vuoto del desktop scegliendo Proprietà dal menu di scelta rapida,



ISTITUTO STATALE DI “F.ENRIQUES”

ISTRUZIONE SUPERIORE

via Duca D'Aosta, 65 - 50051 CASTELFIORENTINO (FI) Tel. **0571633083/ 4** - Fax **0571633593** –
C.F.: 91001910487 Cod. Mecc.: FIIS00200L COD. UNIVOCO UFFICIO: UFOBG7
www.isisenriques.gov.it e-mail: fiis00200l@istruzione.it PEC: FIIS00200L@PEC.ISTRUZIONE.IT



Liceo scientifico
Istituto tecnico settore economico
Istituto professionale per l'enogastronomia e l'accoglienza turistica
Istituto professionale per i servizi commerciali
Istituto Tecnico Agrario



**Agenzia formativa
accreditata
dalla Regione Toscana
certificata
UNI ISO 9001: 2015**

oppure scegliere Schermo dalla finestra Start/Impostazioni/Pannello di Controllo, oppure doppio click su Pannello di Controllo della finestra Risorse del computer. Di qui, utilizzando le schede Aspetto e Impostazioni, sarà possibile modificare a piacimento le impostazioni dello schermo;

- evitare instabilità, farfallamento o tremolii dello schermo, tenendo lontano qualsiasi fonte magnetica o elettromagnetica (calamita per spallette, palmari, radio, unità centrale, ecc.);
- regolare la brillantezza ed il contrasto tra i caratteri e lo sfondo dello schermo mediante i regolatori dello schermo, in base alle condizioni ambientali; ● modificare l'orientamento e l'inclinazione dello schermo in modo da garantire una corretta postura. (Si ricorda che nessuna postura può definirsi corretta se tenuta indefinitamente e, dunque, sollecitare l'alunno a cambiare la propria posizione più volte nel corso dell'uso del videoterminale);
- porre lo schermo in posizione ortogonale alla luce diretta, al fine di evitare riflessi o riverberi fastidiosi;
- lo schermo deve essere posizionato di fronte all'alunno in maniera che, anche agendo su eventuali meccanismi di regolazione, lo spigolo superiore dello schermo sia posto un poco più in basso dell'orizzontale che passa per gli occhi dell'alunno e ad una distanza degli occhi pari a circa 50-70 cm, per i posti di lavoro in cui va assunta preferenzialmente la posizione seduta;
- far assumere una posizione di lavoro con piedi ben poggiati al pavimento e schiena poggiata allo schienale della sedia nel tratto lombare;
- se possibile dotare la tastiera di sistemi di variazione della pendenza, in modo da accompagnare l'alunno all'assunzione di una posizione confortevole e tale da non provocare l'affaticamento delle braccia e delle mani;
- garantire uno spazio sul piano di lavoro tale da consentire un appoggio degli avambracci davanti alla tastiera nel corso della digitazione, evitando l'occupazione del piano di lavoro oltre lo stretto necessario, in modo da lasciare sempre un adeguato spazio per l'uso della tastiera e del mouse;
- vigilare il proprio figlio affinché si applichi al videoterminale per un periodo non superiore a 60 minuti. Se necessaria un'applicazione superiore, far fare una pausa di almeno 15 minuti;
- far distogliere periodicamente lo sguardo dal video per guardare oggetti lontani, al fine di ridurre l'affaticamento visivo;



ISTITUTO STATALE DI “F.ENRIQUES”

ISTRUZIONE SUPERIORE

via Duca D'Aosta, 65 - 50051 CASTELFIORENTINO (FI) Tel. **0571633083/ 4** - Fax **0571633593** –
C.F.: 91001910487 Cod. Mecc.: FIIS00200L COD. UNIVOCO UFFICIO: UFOBG7
www.isisenriques.gov.it e.mail: fiis00200l@istruzione.it PEC: FIIS00200L@PEC.ISTRUZIONE.IT



Liceo scientifico
Istituto tecnico settore economico
Istituto professionale per l'enogastronomia e l'accoglienza turistica
Istituto professionale per i servizi commerciali
Istituto Tecnico Agrario



**Agenzia formativa
accreditata
dalla Regione Toscana
certificata
UNI ISO 9001: 2015**

- vigilare il proprio figlio affinché utilizzi gli eventuali mezzi di correzione della vista se prescritti.

Naturalmente, questa dirigenza è disponibile a fornire tutti gli eventuali approfondimenti e chiarimenti che dovessero risultare utili, attraverso semplice istanza inoltrata all'indirizzo email: FIIS00200L@istruzione.it .

In questi periodi di emergenza è richiesto un cambiamento, dal quale usciremo diversi e dal quale le nostre abitudini non torneranno più come prima anche allo sperato ritorno della “normalità”. Ogni cambiamento richiede fatica, ed è molto probabile che se ne ravvisino principalmente gli aspetti negativi e fastidiosi. L'invito è però quello di non smettere di tutelare la propria sicurezza e salute: le tecnologie di oggi ci rendono possibili cose non pensabili in passato, ma devono essere usate con l'intelligenza tipica umana, così come non vogliamo che nessuno passi troppo tempo ad un dispositivo oppure mantenga posture errate, vivendo il cambiamento da protagonisti.

I Referenti Sicurezza

Prof. Lasorsa Palmo

Prof. Zeni Maurizio

**Il Dirigente Scolastico
Prof.ssa Barbara Degl'Innocenti**

Segue:

Informativa per l'uso del videoterminale, ex art. 36 del D. Lgs. 81/2008



*Liceo scientifico
Istituto tecnico settore economico
Istituto professionale per l'enogastronomia e l'accoglienza turistica
Istituto professionale per i servizi commerciali
Istituto Tecnico Agrario*



**Agenzia formativa
accreditata
dalla Regione Toscana
certificata
UNI ISO 9001: 2015**

In merito all'utilizzo del videoterminale presso la propria postazione privata, al fine di espletare le attività della didattica a distanza, si raccomanda di conformare a quanto di seguito descritto sia la postazione che le modalità operative.

Postazione lavorativa

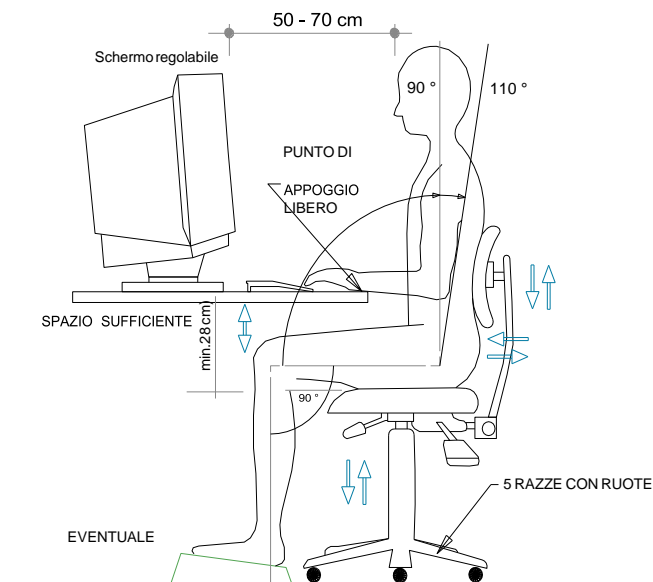
Superficie a basso indice di riflessione, struttura stabile e di dimensioni sufficienti a permettere una disposizione flessibile dello schermo, della tastiera, dei documenti e del materiale accessorio, come indicato nella figura a lato, che riporta le misure standard.

L'altezza del piano di lavoro fissa o regolabile deve essere indicativamente compresa fra 70 e 80 cm. Lo spazio a disposizione deve permettere l'alloggiamento e il movimento degli arti inferiori, nonché l'ingresso del sedile e dei braccioli se presenti.

La profondità del piano di lavoro deve essere tale da assicurare una adeguata distanza visiva dallo schermo.

Lo schermo deve essere posizionato di fronte all'operatore in maniera che, anche agendo su eventuali meccanismi di regolazione, lo spigolo superiore dello schermo sia posto un po' più in basso dell'orizzontale che passa per gli occhi dell'operatore e ad una distanza degli occhi pari a circa 50-70 cm, per i posti di lavoro in cui va assunta preferenzialmente la posizione seduta.

Il supporto per i documenti, ove previsto, deve essere stabile e regolabile e deve essere collocato in modo tale da ridurre al minimo i movimenti della testa e degli occhi.





ISTITUTO STATALE DI "F. ENRIQUES"

ISTRUZIONE SUPERIORE

via Duca D'Aosta, 65 - 50051 CASTELFIORENTINO (FI) Tel. **0571633083/ 4** - Fax **0571633593** –
C.F.: 91001910487 Cod. Mecc.: FIIS00200L COD. UNIVOCO UFFICIO: UFOBG7
www.isisenriques.gov.it e-mail: fiis00200l@istruzione.it PEC: FIIS00200L@PEC.ISTRUZIONE.IT

Liceo scientifico
Istituto tecnico settore economico
Istituto professionale per l'enogastronomia e l'accoglienza turistica
Istituto professionale per i servizi commerciali
Istituto Tecnico Agrario



**Agenzia formativa
accreditata
dalla Regione Toscana**
certificata
UNI ISO 9001: 2015

Illuminazione

L'illuminazione generale e specifica (es.: lampade da tavolo) deve garantire un illuminamento sufficiente e un contrasto appropriato tra lo schermo e l'ambiente circostante, tenuto conto delle caratteristiche del lavoro e delle esigenze visive dell'utilizzatore.

Evitare riflessi sullo schermo ed eccessivi contrasti di luminanza e abbagliamenti dell'operatore, disponendo la postazione di lavoro in funzione dell'ubicazione delle fonti di luce naturale e artificiale (in particolare le postazioni vanno posizionate in modo da avere la sorgente luminosa di fianco)

Pause lavorative

Pause previste: 15 minuti di pausa ogni 120 minuti di applicazione continuativa al videoterminale, durante la quale è consigliabile sgranchirsi le braccia e la schiena, senza impegnare gli occhi. Gli effetti più benefici si hanno quando, durante le pause, si rivolge lo sguardo su oggetti lontani.